

Name: _____

Date: _____

Period: _____

Zones 1

U S I G U I Q X X L Z L E O V G T O O E S C F G
 I T F Z A B E Y D R N F S L O O T M X U X Y U X
 K R P Y O T F T I N F L P O S J K T C L R V O U
 S E S G F N W W S S J N G B K O Q B O B W W I N
 S S B W X A E Y M M M D L V Y Y Q L C I L C K D
 Z S U Q O X X S A E Z S L X Y O Y M H E M Y E A
 T B V A I L A L L L F O J F K H D T T D K R R E
 R N Y B P Z L O N B B D V D K M I M X X I A K W
 U F C V S L Y E Y O Z D R E G U L A T E Z B R I
 R H G O N T B U Y R Y B E U R N K A J X S Y L Q
 N C A L M E A L M P V Y L S Q R A W N V A T F E
 T E Y C Z L T V T P F P N O S L K L K G U W Q X
 S X E Y H M O S H P L C F G V E V D M W M U O F
 N X T R J T F X I M F K C P Y U R T Y A M O L X
 M I W K G A A D S L L Q I P O J Q P J O Y F U L
 Q D B H G H F E V T Z N P X D J X R E X F T B S
 P V T W M Q K T Q M W A N L W G A C P D C W E X
 V N T A M H Q A Q S H E B C A N O N G J M H D F
 K N R T I I R R L Q J O W R C C V Q D P R E A A
 L P N N G H F T R E X C K E S D I E Z W W I E J
 M Z S U O Q X S P O W K K Z W E R F B S J N Y Y
 D X L J D X N U S D Y E J G N O D O X Z Z V U L
 W O V U X G Z R I C H U N H B F G U J V R U W M
 Y D A R J I H F I E Q I W O P D N H C T I L G V

frustrated

depressed

regulate

problems

joyful

dismal

listen

glitch

stress

yellow

bored

happy

tools

green

zones

calm

blue

red